

アレルギー性結膜炎

アレルギー性結膜炎とは？

目の表面に何らかのアレルゲン(アレルギー反応を引き起こす物質)が付着して、結膜に炎症を起こす病気。

種類は？

①季節性アレルギー性結膜炎

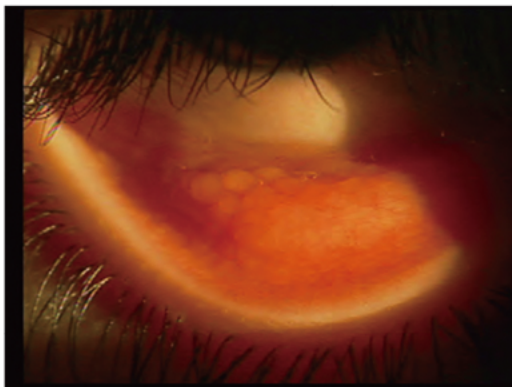
花粉などが原因で毎年同じ季節になると症状が現れます。春のこの時期であればスギ・ヒノキが有名ですが、目以外の症状として鼻水・鼻づまり・くしゃみなどもよく起こります。

②通年性アレルギー性結膜炎

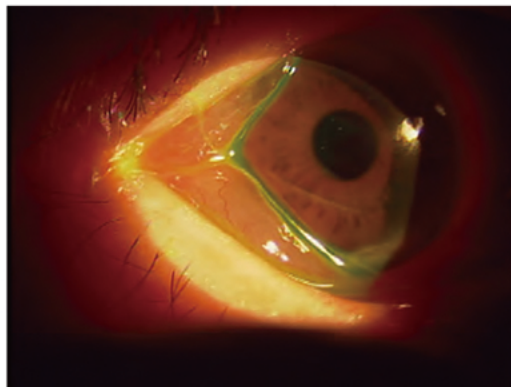
ダニやハウスダストなどがアレルゲンとなり、季節に左右されず症状が一年中現れます。

症状は？

*目がかゆい！！ *充血 *目やに *涙が出る *まぶた裏のブツブツ



まぶた裏のブツブツ



酷くなると白目がブヨブヨ

治療は？

①抗アレルギー点眼薬：

1.化学伝達物質遊離抑制薬

肥満細胞にある化学伝達物質が細胞外に出るのを抑制します。アレルギー反応の元を抑えて症状を抑えます。

2.ヒスタミンH₁受容体拮抗薬

化学伝達物質の中のヒスタミンは、神経や血管にあるヒスタミン受容体に結合することでかゆみを起こすので、これを阻害することでかゆみを抑えます。

②ステロイド薬：

炎症を抑える作用があるので、症状がひどい時に処方されます。しかし、副作用で眼圧が上がったり、感染症にかかりやすくなります。長期にわたり点眼薬を継続する場合は定期的に通院し、眼圧のチェックが必要です。

③人工涙液

結膜や角膜に付着したアレルゲンを洗い流すので効果的です。防腐剤のっていない使い捨てタイプをお勧め致します。

《初期療法が大切》

花粉症対策としては、花粉が飛び始める2週間ほど前から抗アレルギー薬の服用と点眼を始める初期療法が大切です。

初期療法を行うことにより、症状を軽減させることができます。花粉症の症状に悩まされた経験のある方は、花粉飛散情報に注意して、早めに眼科を受診しましょう。



親切・丁寧・笑顔がモットー

梶川眼科医院 情報誌 (年4回季刊発行)

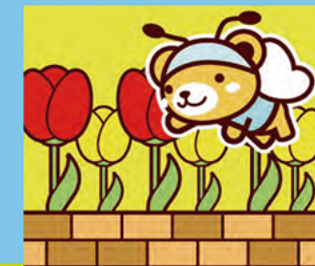
瞳きらきら通信

TEL 078-732-0091 兵庫県神戸市須磨区前池町3-4-1

2014

春

vol.12



院長ごあいさつ

日本全国がソチ五輪で湧いた2月。

本当に素晴らしいアスリートたちの姿を見るたびに、ウルッと来て涙し感動しまくり。この檜舞台のためにどれだけの時間を費やし努力を重ね、研鑽を積んできたのかと思うとまた泣けてきます。

インタビューの際、選手の皆さんが、必ず口にするのは感謝の言葉。個人競技であっても、必ずサポートしてくれる人たちがおり、地元や会社の応援団、数えきれないほどの人の支えがあればこそこの場に立つことが出来ているということ。



院長 梶川大介

全身全霊、4年分の色んな思いを込めた真央ちゃんの滑り、フィニッシュと同時に溢れ出た涙。個人銀メダルでは泣かず団体銅メダル獲得で流した葛西選手の涙。「何でやねん！！」と突っ込みを入れたくなる採点にも笑顔と涙の上村愛選手。。。メディアで注目の的となる選手、知名度の低い選手、選手みんなにそれぞれのドラマがあります。心が折れる程の挫折を味わっても、そこから這い上がり、夢や目標に向かって諦めずに突き進む強い心。今その瞬間を本気で生きているアスリートたちの姿はキラキラ輝いていて、“超”格好良かったです。その生き様から学ぶことは山ほどあります。

2月は、さすがに何日か寝不足でした(笑)。

混雑予想

4月～6月上旬までは、学校検診の時期のため
午後4時30分以降と土曜日が混雑すると予想されます。
患者様には、大変ご迷惑をお掛け致しますが、
ご了承のほど宜しくお願い申し上げます。



コラム数珠つなぎ



今回は、診療助手・藤本がお届けします！

私の趣味は、スクラップブッキングです。
スクラップブッキングとは、お気に入りの写真を美しく飾ることにより、思い出をより鮮やかに残していくペーパークラフトです。その魅力は、切ったり、重ねたりした紙が、貼り合わせていくことにより、かわいく変化していくところ。不器用な私でも作る喜びを味わうことができるのです。でも、一番の楽しみは先生や教室の仲間とおしゃべりかもしれません。作品は、子供達の写真を飾ったり、両親や友人への贈り物にすることもあります。これからも子供達の写真とともに大切な思い出を残していきたいと思ひます。作品を待合室の掲示板に展示させていただいています。ぜひ、ご覧になってください。



第2回開催決定！ 先着40名をご招待！

ふれあいフェア

昨年、初めて患者さんとの交流イベントを開催いたしました。参加された患者様から「またやって欲しい！！」とお声をたくさん頂戴しましたので、下記の内容で企画しております。

《日時》6月5日（木）13：45～受付開始
14:00開演～16:00終演予定

《場所》当院外来の待合室

《内容》①院長の健康講座、②日頃の疑問に答えるQ & Aコーナー、
③寄席 月亭太遊さん・桂あおばさん

先着40名ご招待！！5月7日（水）から受付開始を致します。詳しくはスタッフまで。



アクアリウムの“癒し効果”

院長：梶川大介



4年前から始めた患者満足度アンケートの「待合室は快適ですか？」の問いに対して、「熱帯魚に心が癒される」という回答を自分が思った以上に毎回頂き、この趣味を長年続けて来て良かったと思います。現在、マリンアクアリウム（海に生息する生物を飼育する水槽）を2本設置しています。1本は南国の海で見られる珊瑚礁をイメージしながらカラフルなサンゴをレイアウトし、可愛らしい小さな魚が数匹泳いでいます。もう1本は、魚主体のアクアリウムです。

海をぼぉ～と眺めたり、川辺で風に吹かれたりしていると、気分転換になるという経験をされた方も多いと思います。私たちは、水を眺めることで安らぎや落ち着きを得ることがあります。自然の中に居ることだけでなく、水の音や波の音などが心身に心地よい作用をもたらしてくれるからです。日本庭園に池を作ったり、枯山水を作って水のある風景に見立てたり、日本では昔から水の“癒し効果”を生活に取り入れていたと考えられています。多忙な日常生活でも手軽に水中の自然を生み出すことがアクアリウムで可能となりました。

「熱帯魚に心が癒される」この患者さんの言葉通り、私も診療が終わった後、水面のゆらめき、優雅に泳ぐ色とりどりの熱帯魚、ゆらゆら揺らめくサンゴをぼぉ～と見ているだけで、心が癒されます。餌をあげる仕草をするだけで魚たちは寄ってきますが、これがまた可愛い。アクアリウムの中を自分たちの大自然と思い、泳いでいる熱帯魚を見る事、そして熱帯魚と対話する事により精神的にも落ち着ける状態になるのです。これが「アクアリウムセラピー」です。時折、アクアリウムに向かって話しかけておられる患者さんの声が聞こえて来ることがありますが、これは大正解だったんですね。



“癒し効果”は、科学的にも実証されています。脳波の一つにシータ波と呼ばれるものがあり、ウトウトと夢を見ているような時（レム睡眠時）やとても心地のよい状態の時に出ています。新聞を読んでいる時には検出されなかったシータ波が、5～30分ほどアクアリウムを見ていると、次第に検出することが出来たそうです。待合室出入口にあったアクアリウムは、トイレ横に引っ越しを行い現在リニューアル中です。サンゴに病気が発症して本調子ではないですが、患者さんの癒しの一役を少しでも担えるよう頑張ってお手入れして参りますので今後とも宜しくお願い致します。

院内研修旅行 ～1泊2日城崎食い倒れツアー～

診療助手：奈良



2月中旬に行った城崎温泉旅行の一週間前は、日本海側が大雪となり高速道路も通行止め状態で、本当に旅行に行けるのかしらと当日までハラハラしました。曇り空ではありましたが、バスも高速をスムーズに走り、お昼は『そばの里・大門』にて出石そばを頂き、予約していたおそばの量では足りなくて全員がおかわりをしていました。男性チームは15皿を完食し、記念の札を貰いました。その後『香住鶴』で、冬季限定の“しぼりたて”と言う美味しい日本酒がありましたが、女性には“こだわりの梅酒”の方が人気の様で最初のお土産が増え始めた場所になりました。山道を走って行くと、周りは少しずつ雪景色に変わり、バスの中でも空気の冷たさを感じるほどです。

夕方に到着したホテル『金波楼』は、海に面した2層吹き抜けの開放感のある美しいロビーと雄大に広がる日本海のパノラマが眼下に入る、素敵ホテルでした。到着した時は、すぐ側の海もかなり荒れており、少し怖いくらいでした。ホテルでの料理は、茹で蟹から始まり、蟹しゃぶ～焼き蟹のフルコース。但馬牛もあり、大変豪華なお料理でした。殆どの人が、食べ切れなかった様です。皆さん、蟹を食べている間は無口だった事は言うまでもありません。

食事を終えた後、レーシック（英語でLASIK：角膜屈折矯正手術のひとつ）の勉強会が行われました。日々進歩する医療とそれに伴うリスクの話を聞きながら、質疑応答も交えての勉強会でした。その後のゲーム大会は、頭を使う問題が多く、悪戦苦闘しましたが、大変盛り上がりました。お開きの後は、日本海に面した素晴らしい温泉です。2万年前の地層に封じ込められた『化石水』だそうです。塩化物泉で、塩分が多い為にポカポカと非常に温まりました。

翌日は、隣接する『城崎マリンワールド』で、セイウチとペンギン達に癒されながら、束の間の時間を過ごしました。今回は、近場でのんびりとした旅になりました。

趣味イキイキ楽々♪

当院患者様である、T.Kさんにご趣味のお話しをお聞き致しました。作品は立体的でとても繊細で、手作りとは思えないほど立派です。始められたのは10年前で蓮池の婦人会で、毎週火曜日にお稽古をされているそうです。そして、この生地を使用したぎっ掛けは、昔お針子をされていて着物や訪問着を仕立てていたことがあったからだと、おっしゃっていました。型紙どおりに布を切り取っていくという一つ一つの工程について、楽しそうにお話しをして下さり、イキイキされているT.Kさんの姿がとても素敵で輝いていました。少しのお時間でしたがプライベートなお話しまでして頂いて本当に有難うございました。（インタビュー：受付・西山）

